

地表“最强赘婿”！贝克汉姆长子晒婚后生活：一日三餐全由我负责

布鲁克林选择在23岁结婚，也算是英年早婚。布鲁克林作为富二代，无论是颜值还是天赋都没有继承到父母的基因，成了一个平庸的二代子弟。虽然贝克汉姆家有社会地位，有财富，有名利，但在这场婚姻中，大布还是被戏称为“最强赘婿”。原以为会是一个有钱的纨绔子弟爱上灰姑娘的故事，结果却是一个纨绔子弟“嫁”给有钱人的故事。妮可拉家族三代以上都有政商界人脉，特朗普任期内最奢侈的一次筹款活动就在妮可拉家举行，这是贝克汉姆家族无法比拟的。贝克汉姆长子晒婚后生活并表示现在一

日三餐全由我负责。不久前刚完婚的贝克汉姆长子布鲁克林曝光了自己的婚后生活。因为他的妻子尼古拉在婚前明确表示自己不会做饭也不会做家务的，而布鲁克林喜欢自己做饭，于是婚后的生活就变成了两个人的一日三餐所有家务都由布鲁克林负担。现在的大布并不提自己是摄影师，而是时不时在社交媒体上展示自己的厨艺，自称善于创新。

去年11月，布鲁克林参加了一个名为“今日秀”的真人表演。在节目中，布鲁克林展示了自己的厨艺。主持人开始问：你为什么要做

这一切？布鲁克林深情地说：妮可拉喜欢吃我做的饭，为了让她品尝美味，我也在努力提高自己的厨艺。与布鲁克林相比，27岁的妮可拉是个“大小姐”。她对厨房的事情真的是一窍不通，作为未婚夫的助手基本上也起不到什么作用。

贝克汉姆的大儿子并不像西方人那样用刀叉，而是用中国的筷子吃饭，这确实让很多网友感到意外和惊喜。可见贝克汉姆的大儿子没少吃中餐。当然布鲁克林的父亲贝克汉姆是许多中国明星的朋友，他也经常来中国玩，太熟悉中国的习俗了。



日本帅气大叔排行榜 反町隆史夺冠木村拓哉第二

据日本媒体报道，日本公开网友投票产生的“帅气大叔男星排行榜”，参选对象是截止2022年4月年龄在40岁到60岁之间的男性演员，按照男子气概、魅力、形象等方面投票，最终反町隆史夺冠，木村拓哉排名第二。

1973年出生的反町隆史今年48岁，他凭借日剧《沙滩男孩》、《麻辣教师》等作品走红，各种类型作品都能胜任，一直活跃于影视圈，2015年他作为第四代相棒冠城亘出演朝日台人气刑侦剧《相棒》系列作品，今年在该系列第20季最终回正式毕业，成为热门话题，另外他主演的日剧《现在的年轻人呐》四月起在WOWOW平台播出。

排名第二的木村拓哉1972年出生今年49岁，到2016年他一直作为SMAP成员活跃于演艺圈，除

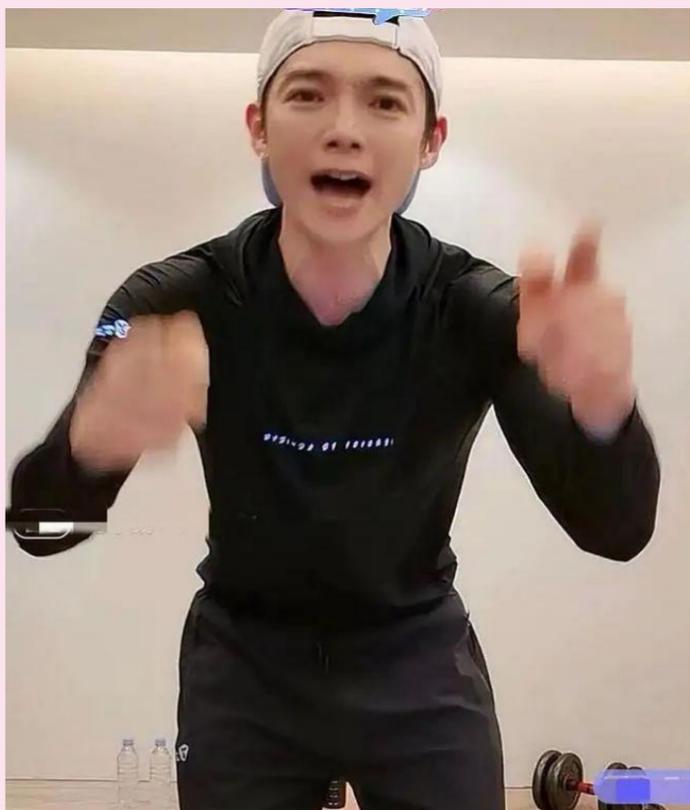
了作为偶像和歌手活动，他还主演过《悠长假期》、《美丽人生》、《HERO》等人气影视剧作品，今年4月他主演的日剧《迈向未来的倒数10秒》正在朝日台热播，饰演回到母校担任拳击部教练重拾生存希望的主人公。

有网友说：“这两位演员不仅工作认真，也非常重视家庭，可以说公私两方面都很好，所以有很多粉丝支持他们。”也有网友说：“反町隆史的确越来越有味道，演了《相棒》之后感觉更帅了，而且妻子松岛菜菜子也是加分项！木村拓哉今年就要50了，但还是很帅！”还有网友感慨：“已经到了木村拓哉和反町隆史都被称为大叔演员的时代了啊。”

其他上榜的男星还有藤冈靛、竹野内丰、伊藤英明、玉山宏、玉山铁二、冈田准一和EXILE AKIRA。



辰亦儒直播炮轰刘畊宏：不要学他的健身操，他就是业余的健身教练



辰亦儒也太尴尬了吧，想教人健身却被网友嘲讽“不会说中文？”！

没想到，连辰亦儒也开始模仿刘畊宏直播健身了，可41岁的他，怎么看都觉得比49岁的刘畊宏还憔悴。

最近这段时间，刘畊宏因为带着老婆直播健身火出圈，短短时间内粉丝暴涨近3000万，一举收获名利，据说找他商谈的商家

多的选不过来。

看到了健身的受众度，不少明星也坐不住了，这不，4月25日晚七点，辰亦儒也开始了自己的直播健身，不过因为身边没有一个人一起合作，所以整个直播间还是非常的单调的，只能靠他一个人不停地说话和运动维持热度。

不得不说，辰亦儒也是蛮拼的，毕竟不像刘畊宏有健身的底

子，虽然很努力想要教大家，但是身体的柔韧度和协调性始终差了一些。

明星辰亦儒在直播间炮轰刘畊宏说道：你们千万不要学习他的健身操，他就是业余的健身教练，像你们这种没有接触过锻炼的朋友，会造成不可逆的伤害！

辰亦儒接着说：刘畊宏的健身操适合有一定健身经验的网友，但是绝对不是适合所有人锻炼！

有网友问：为什么刘畊宏的健身方式不适合呢，那你能不能给我们说说初次接触锻炼的网友应该怎么办呢？

辰亦儒表示：刚开始每天最多锻炼半个小时，按照刘畊宏的健身方式，每次都要将近两个小时，很容易造成肌肉拉伤！

而且最尴尬的是，刘畊宏健身大家跟着学，辰亦儒健身大家却疯狂发问“怎么不带货了”，看来卖货太多也影响人设啊，可辰亦儒显然没工夫回应这些疑问，只是不停的重复各个动作。

但是问题又来了，因为习惯原因，辰亦儒在教大家技巧的时候，总喜欢带上一些英文单词不说接不接地气了，他显然高估了网友的学问，很多人都听不懂辰亦儒时不时喷出的英文单词。

其实吧，刘畊宏健身直播圈说明了一个道理，网友们也开始注重起身体健康，这是非常好的信号，辰亦儒想要搭上这股风也没问题，但是希望他在教网友健身的同时，尽量说中文，考虑每一个网友都能听懂。

38岁苍井空带双胞胎泡温泉，身形比产前还玲珑，将老公保护得很好

据日本媒体报道，现年38岁的著名女演员苍井空于4月26日在社交平台晒照，与网友分享了一家在温泉旅行中的温馨合影。一对即将满3岁的双胞胎儿子白白胖胖非常可爱，然而最抢镜的是苍井空左手无名指上的结婚戒指。

苍井身穿浴衣，一条湿毛巾挂在脖子上，从盘起的长发微微有些湿润可见她正泡完温泉。不过，仔细一看似乎脸上还化着妆，粗黑的上眼线、浓密卷翘的长睫毛，还有两颊粉扑扑的腮红，看起来都非常完美。尽管已经隐退多年，但苍井依然保持着女明星在镜头前的精致模样。

葡萄大眼樱桃小嘴，五官线条

圆润可爱十分减龄，奔四了的苍井仍然长着一张童颜，就连日渐后退的发际线都影响不了颜值半分，高高的大额头虽然让脸型变长了许多，却也增添了萌感。脸上皮肤细腻光滑很是紧绷，是拿着放大镜都找不到一丝皱纹的程度，这优秀状态仿佛逆生长，完全不输二十岁的姑娘，实在羡慕煞旁人。苍井的顽皮小表情满满孩子气，一侧嘴角往上挑很得意，也使得红彤彤的苹果肌更加饱满。

苍井将浴衣宽大的袖子卷到了肩膀上露出一双白皙手臂，上臂的肌肉线条清晰可见。年初时苍井表示自己已持续健身了一年时间，近期也偶尔发布在健身房做运

动的小视频，坚持运动所以产后恢复特别好，现在的身形比产前还苗条，曲线甚至更加玲珑婀娜了。

在儿子身边的苍井气场都变得温柔了，脸上洋溢着幸福的笑容。手指上的婚戒引起了大家的注意，是一枚没有任何宝石镶嵌且无任何纹饰装饰的素戒，朴实无华也很美。有保育员国家资格证的苍井带娃相当上手，经常晒两个宝贝儿子的有趣日常，初为人母而且一带二，没有蓬头垢面一脸疲惫，反而元气满满少女感十足，果然得心应手毫无压力。

最近苍井公开了孕期大着肚子的视频，回忆起3年前宝宝们在她肚子里调皮捣蛋的时候。因为

是双胞胎，孕肚比一般的大，依照女明星怀孕只胖肚子的神奇规律，当时的苍井仍然四肢纤细，满屏是即将当妈的喜悦。日前她还分享了育儿经，表示虽然是一对双胞胎儿子但他们有自己的兴趣爱好，喜欢的东西也不尽相同，平时为宝宝添置新衣都会按照各自的喜好，其中一个喜欢粉色和亮晶晶的东西，会尊重他的想法不拘泥于性别。

家庭温泉之旅却不见爸爸的身影，网友们不免有些好奇。2018年苍井宣布与DJ NON结婚，称老公“不是帅哥也没有钱，但是接受了自己以前的工作”。婚后苍井很少公开秀恩爱，一整年一张夫妻合影都没有晒过，把丈夫保护得很

好。而NON在努力赚奶粉钱的同时不忘家中的娇妻和萌娃，他分享在社交平台的照片不是工作中的样子就是一家四口的美满合影，十足好老公好爸爸。

正如苍井所说，NON并不帅，光头造型有点花白的胡渣，看着似乎有些年纪，与越来越少女的苍井老少配明显。尽管颜值不高，但身为DJ的他极具个性，简约嘻哈穿搭也是潮人一个。而且也很有实力，他曾为大和美姬丸、RIP SLYME等乐团担任演唱会DJ，也帮一青窈的歌曲制作MIX版，还为网站制作过广告曲，是个擅长音乐创作的音乐人。低调踏实、有才华、顾家，这也许就是苍井选择嫁给他的原因。